



Presidentene for Agderrussen 2025

Gode valg – egne valg. Om å være seg selv og samtidig høre til

Lena Renstrøm Mjåland

Psykolog i spesialisering samfunnspsykologi
Rådgiver, PPT, Agder Fylkeskommune,
koordinert arbeidet med trygg og inkluderende avgangsmarkering i Agder

Trygghet og inkludering – alles innsats, særlig russen!

Går fra Kristiansand til Grimstad: – Ønsker at russen skal assosieres med noe bra
Årets russeskull utfordret hverandre for å samle inn enda mer penger til Krefthelningen. Det endte med at tre fra russelaget søndag morgen tok bussen rett – for å gå fra Kristiansand til Grimstad.

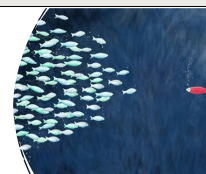
Russejenter vil ha hjelp til å slå rekord+
[...] **Russejenter** vil ha hjelp til å slå rekord [...] **Russejentene** setter seg høye mål. [...] Aksjonssjefer: **Russejentene** Maren Mork, Mathea Bærø Borgestad og Olivia Gummedal samarbeider med krefthelningen [...]

Droppet «terror»: – Jeg vil mye heller kalles kosesjef
[...] – Jeg har ikke tenkt over det før nå, men jeg vil mye heller kalles **kosesjef** enn **terror**, sier Furseth [...] Ved Lillesand videregående skole har de byttet ut tittelen «terror» med «**kosesjef**». [...] Droppet «terror»: – Jeg vil mye heller kalles **kosesjef** [...]

– Dette er med på å usynliggjøre alle grupperinger og lage et bedre samhold
Mandalens russener jobber for at alle skal få en fin og inkluderende russefest. Initiativet til en friles russefest blir hyllert av både Søren Wiensvold og Ingrid Westhus Thorsvik.

Onsdag går russen
Russen går på tur i byen på onsdag kveld. Det er en tradisjon som har vært på plass i mange år. På onsdag kveld går russen på tur i byen. Det er en tradisjon som har vært på plass i mange år.

Russefest mot utenforskap – NRK Sørlandet – Lokale nyheter, TV og radio



Fordi vi trenger å høre til, og skape trygghet for de rundt oss

I et trygt fellesskap – en flokk – er vi mennesker friskere, gladere, og fungerer bedre. Derfor er vi opptatt av godt skolemiljø, og at vi inkluderer og tar vare på hverandre.

Til hjelp har vi en medfødt evne til å organisere oss i grupper – og ganske sterkt medfødt behov for å tilpasse oss til gruppa

- **Vi finner raskt ut hvilke regler som gjelder, og hva vi må gjøre for å bli akseptert**
- **Hvis vi ikke gjør som de andre, får vi et ubehag, som forsvinner når vi tilpasser oss**

Smart? Når er det bra, og når er det ikke bra?



Presidentene for Agderrussen 2025

Skolene har over de siste årene sett at:

- Planlegging av russetid tar stadig større plass i elevenes skolehverdag, både sosialt og økonomisk, i mange år før man skal være russ.
- Stadig yngre elever bruker russegrupper som forbilder for hvordan man skal organisere vennskap, og blir med på fest. Det rapporteres at disse yngre elevene introduseres for rus og utnyttes økonomisk og seksuelt.
- Dette ødelegger for barns trygghet og for det gode skolemiljøet, hvor vi trenger å være inkludert som den vi er, verdsette hverandres forskjeller, og respektere egne og hverandres valg og grenser.

- Elever forteller om ekskludering og tapte vennskap – skadelig **utenforskap**
- Elever forteller (for det meste **etter** russetiden) at russetiden krever at de må overskride egne grenser og sette til side egne verdier for å få høre til – skadelig **innenforskap**

- Kommersielle aktører (selgere/utleiere) tjener store beløp på at ungdom organiserer seg i konseptgrupper.
- Svært mange av disse aktørene henvender seg direkte til elever på deres profiler på sosiale medier, allerede på ungdomsskolen. De inngår bindende avtaler med elevene, og selger seg inn som noen som vil «hjelp» dem.
- Kommersielle aktører innen bransjen har skaffet seg høy status og stor påvirkningskraft innenfor ungdomskulturen.





også skal dere skrive på russedressen.



AGDER
fylkeskommune



Gode valg - egne valg

Problemet med konseptgruppene til russen



Vi er biologisk programmert til å søke tilhørighet, til å søke en flokk – og til å «bli like», tilpasse oss hverandre.

Vi er også programmert til å tenke ekstra godt om medlemmene i egen flokk – og devaluere «de utenfor».

Det som er ment å gi oss sterkere bånd innad i flokken, kan føre til **ekskludering**, og til **skadelig innenforskap**.

- Vi behandler folk utenfor gruppa dårlig, for å heve egen status, og begynner å forsvare at vi devaluerer andre. « De er bare VG1-ere, de er jo jenter/gutter, de er ikke herfra, de er ikke relevante, de satser ikke, de er ikke pene nok...»
- Etterpå blir vi enda reddere for å havne utenfor gruppa, så vi gjør enda mer på tvers av egne verdier for å sikre oss plass høyere i hierarkiet i gruppa. Gruppa blir enda mer opptatt av forskjellene på «vår» og «deres» gruppe.
- Gruppemedlemmene utvikler en streng intern sosial kontroll, med baksnakking, overvåking, mindre åpenhet og mangfold, noen ganger med kontrakter og straff. – Sosial panikk.
- **Å lage seg en konseptgruppe er som å sette slike gruppedynamikker på speed.**

«-Til slutt er du på audition hver dag, hele tiden»



Når ungdom snakker, må vi høre etter - og tåle det vi hører



Det er nå blitt vanligere å lage sang til russebusser/russebilen sin, og sangene handler ofte om drikking, festing, dissing av andre busser/biler, penger og sex.

Spiller mer på sex enn før

I mange av sangene blir kvinner spesielt diskriminert og identifisert som sexobjekt, noe som ikke passer seg i 2016.

Det som er faren med slike drøye tekster er at det ufarliggjør dette med voldtekt:

«Jenta var fattig, men vi knulla likevel (ÆSJ)» (fra russebusser Storbjørn 2015)

«Det er ikke voldtekt, bare legg deg ned på ryggen og hold kjæft» (fra russebilen Fratelli 2016 fra Ålesund).

Vi i Anaconda 2016, som er presidentbilen ved Fagerlia, har en logo med en jente i bare string. Dette sender ut feil signal.

Da vi bestemte navnet, tenkte vi «hva er typisk russ?». Jo, vi så på det fjoråret gjorde, og hva som var populært.

Jeg tror ingen av disse bilene har som intensjon å diskriminere og krenke kvinner. Men det er dessverre dette signalet vi sender.

Det er kjempegøy å være russ, det er et minne for livet, og du får virkelig kose deg med vennene dine.

Men for all del: Ikke gjør som oss. Vær bevisste på valgene dere tar, slik at ikke russetiden fortsetter med mer kroppspress, pengepress og statuspress!

Østlandsrussen har lenge hatt store busser og et stort fokus på det å være best, og dette fokuset har spredt seg over hele landet de siste årene.

Fjerner fokuset

Russetiden handler om å være sammen med de du har gått på skole med og virkelig skape minner før vi blir splittet. Men i stedet bruker mange tiden på å være best, bruke mest penger og få «status».

Man tenker kanskje ikke over tekstene når man danser og har det gøy, men når jeg ser det ligger bevisstløse jenter inne i diverse russebusser på landstreff som blir jokket på av «kompiser», synes jeg grensen er nådd.

300 millioner grunner til at det er vanskelig for ungdommene våre å ta tilbake kontroll over planlegging av russetid

Siden sammenslåingen med Redress i 2014 har Smedsruks russeimperium omsatt for nesten **halvannen milliard kroner**. Overskuddene i samme periode har vært stødige rundt 20 millioner kroner i året.

I regnskapsåret som ble avsluttet i juni 2024 ble det satt nye rekorder for toppselskapet Smedsrud Drift as, som eies 100 prosent av Smedsrud selv.

I det ferske årsregnskapet som nylig ble levert til Brønnøysund går det nemlig frem et resultat før skatt på 53,3 millioner kroner av en omsetning på 293,3 millioner kroner.

DN

Håver inn på russeklær – omsatte for nær 300 mill. kroner i fjor

Ole Jørgen Smedsruks russeimperium tjener penger som aldri før. I fjor fikk aksjonærene over hundre millioner kroner i utbytter.



Ole Jørgen Smedsrud (til venstre) har tjent fett på salg av klær og utstyr til russ. Her avbildet sammen med Henrik Børke Nerstrud i fjor. (Foto: Marius Helge Larsen/NTB)

Lovet bot og bedring

Russesuksessen har imidlertid ikke bare vært fryd og gammen for Smedsrud.

I midten av mai 2023 publiserte VG en lengre artikkel titulert «Den usynlige russejakten», som beskrev hvordan Russeservice og Russedress fikk 16-åringer til å **inngå hemmelige kontrakter** som betydde at de godtok pengekrav fra Smedsruks selskaper dersom de kjøper russeklær fra andre aktører. På dette tidspunktet hadde det allerede blitt lagt ned et forbud i opplæringsloven om at selgere ikke fikk komme til skoler i friminuttene for å promotere russeklær- og utstyr.

Har monopol på salg av russedresser - elever låses i hemmelige kontrakter – lenke til VGs 2023-sak om Russedress sin praksis med å opprette FB-sider som «RUSS 2025 – Nord-Troms VGS HOVEDGRUPPE», kontakte 16-årige med tilbud om å være «ambassadører» som oppgir og verver medelever til å binde seg til kjøp av produkter i hemmelige kontrakter, med trussel om pengekrav ved illojalitet. Ekspertene mente kontraktene kunne være i strid med vergemålsloven, avtaleloven, markedsføringsloven, forbrukerkjøpsloven – og lov om yttringsfrihet. Smedsrud var uenig i kritikken, men sa de ville gjøre endringer i sin praksis.



Viktigste tips fra russepresidentene

Husk å bygge laget – ett lag.

Dropp konkurransen om status og relevans.
Den splitter og ødelegger for alle.

Samarbeid med de som vil dere vel, ikke de
som tjener penger på dere.



Presidentene for Agderrussen 2025

Snakk med sidemannen:

- Hva tenker vi om det som er sagt? Om press, kontroll og konkurranse?

Åftenposten Nyheter Oslo Meninger A-magasinet Vink E-avis Bli abonnent

Si:JD | Russetid

Foreldre viser ikke nok bekymring for russetiden

Lejle Custic
Russ, 2022



Frykten for å være «kjedelig» tok overhånd, og jeg ble en del av et konsept som gikk imot mine verdier. Utsagnet «det blir hva man gjør det til», gjelder ikke for russetiden. I stedet er det kanskje mer riktig å si at russetiden blir «hva andre gjør den til for deg». For det er det kollektive som er i fokus.

Så kjære foreldre: Dette er en oppfordring. Bry dere og ta dette høyst alvorlig. Ta ansvar. Russen er fremfor alt fortsatt ungdom, og ikke bussjef, økonomisjef, dugnadsjef eller rullsjef. Og de skal i hvert fall ikke være kantinefyрster.

Russen er først og fremst ungdommer. Ikke bussjef, dugnadsjef eller rullsjef, skriver debattanten. Foto: Lise Åserud, NTB (illustrasjonsfoto)

Hvis ingen foreldre tror det er sitt eget barn, hvem er det da som utestenger?

fvn.no

– Hadde jeg valgt igjen, hadde jeg nok ikke vært russ

Fra «minne for livet» til «kunne like godt tatt en ferie i stedet». Dette er tidligere russ' dom over feiringen.



Russen er veldig dårlige forbilder, sier Jakob tal, som var russ i fjor. Bildet er fra da gruppa s hadde «konseptslipp» før selve russetida et. Foto: Privat

Erik Heimdal

18-åringen kastet seg inn i den brennhete russedebatten med «upopulære» meninger. Responsen overrasket henne.



– At såpass mange var enige var et sjokk for meg

Bayan Davishi er en av fire ungdommer som fikk møte kunnskapsminister Kari Nessa Nordtun for å gi henne den fremtidige russens meninger om hvordan russetiden burde være. Foto: Erik Heimdal

Forsterkende faktorer. Hva må vi være obs på?

(Utrygge grupper: Strenge regler for likhet, mangfold/individualitet er uønsket, dårlig behandling av «de utenfor»)

Naivitet og mangel på kunnskap.

- Hvis vi ikke vet nok om situasjoner vi kan havne i, eller ikke har bestemt oss for hva vi vil gjøre hvis noe skjer, er det ekstra lett å gå med på mer enn man egentlig hadde tenkt.

Mangel på alternative fellesskap å tilhøre.

- Hvis man kun er med i den ene gruppa, er trusselen om ensomhet større hvis man skulle miste plassen sin. Hvis vi er med i flere grupper, og har andre steder der vi kjenner oss trygge, oppleves det ikke så farlig å markere grenser.

Begrenset antall plasser i gruppa gjør at intern status blir viktig.

- Vi føler oss ekstra utrygge på plassen vår i gruppa hvis det finnes et max antall plasser i gruppa. Plutselig kan det komme noen som kan ta din plass. For å sikre egen plass, må man være mer lojal til gruppas konsept enn andre.

Hierarkier og attraktivitet.

- Villighet til å gå på kompromiss med egne verdier og ønsker forsterkes hvis kulturen vi er del av er veldig opptatt av status, relevans og hierarkier.



Forsterkende faktorer. Hva kan vi gjøre?

(Utrygge grupper: Strenge regler for likhet, mangfold/individualitet er uønsket, dårlig behandling av «de utenfor»)

Naivitet og mangel på kunnskap.

- Hvis vi ikke vet nok om situasjoner vi kan havne i, eller ikke har bestemt oss for hva vi vil gjøre hvis noe skjer, er det ekstra lett å gå med på mer enn man egentlig hadde tenkt.

Oppsøk informasjon, tro på det du finner, og del. Snakk om ting som kan skje, hva dere ville ønsket å gjøre, før det skjer. Type «brannøvelse».

Mangel på alternative fellesskap å tilhøre.

- Hvis man kun er med i den ene gruppa, er trusselen om ensomhet større hvis man skulle miste plassen sin. Hvis vi er med i flere grupper, og har andre steder der vi kjenner oss trygge, oppleves det ikke så farlig å markere grenser.

Ikke dropp gamle venner, fortsett å være åpen for nye, aldri lås deg til kun én gruppe eller en gjeng.

Begrenset antall plasser i gruppa.

- Vi føler oss ekstra utrygge på plassen vår i gruppa hvis det finnes et max antall plasser i gruppa. Plutselig kan det komme noen som kan ta din plass. For å sikre egen plass, må man være mer lojal til gruppas konsept enn andre.

Ikke støtt begrensninger på antall gruppedlemmer, «demokratiske» utstemminger, bøter, svartelister, eller konsepter og kontrakter som styrer vennskap og prioriteringer

Hierarkier og attraktivitet.

- Villighet til å gå på kompromiss med egne verdier og ønsker forsterkes hvis kulturen vi er del av er veldig opptatt av status, relevans og hierarkier.

Involver voksne som dere vet bryr seg om dere, snakk sammen om det dere ser. Vær åpne, ærlige, og hei på de som tør å være uenige. Tro på og støtt hverandre.



Tips – Snakk sammen!

Husk, husk! Sterkt samhold er ikke nødvendigvis tegn på trygghet.

Finn ut hva holder som holder gjengen sammen; frykt for utenforskap, eller trygghet i seg selv?

Kjennetegn på frykt i gruppa: Press på å være like, ekskludering og mobbing/devaluering

Kjennetegn på trygghet i gruppa: Verdsettelse av ulikhet, inkludering og raushet

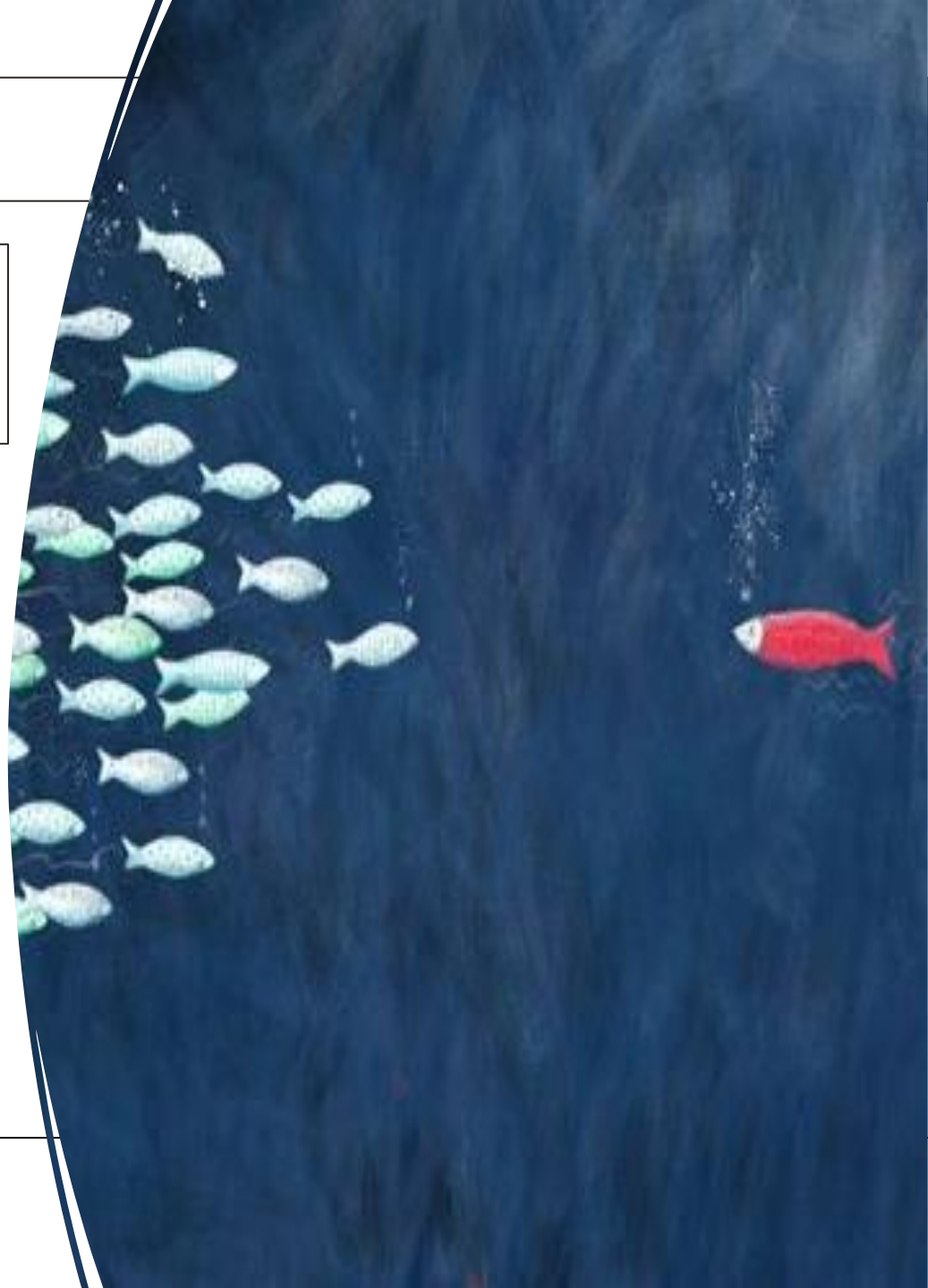
Vær nysgjerrig og til hjelp for hverandre:

- **Selvinnsikt.** Tanker vi har om hva som gjør at gjengen holder sammen. Hva synes vi om ulikheter i gruppa? Er det lov å velge selv? Er det mulig for flere å bli med? Spør etter gamle venner!
- **Selvrespekt og selvbestemmelse.** Ingen ungdom som fant opp begrepet «Satsersuss»... Snakk om hva som er viktig for hver enkelt i gruppa. Litt rart om alle alltid er enige..? Snakk om at man sammen skal bestemme at «sånn må det være». Snakk om alternative måter å bruke tid, krefter og penger, og vis at det er lov å prioritere ulikt.
- **Brannøvelse.** Snakk mye om grensene og verdiene dere har, hva dere egentlig ønsker å stå for, hvorfor det er viktig for dere. Øv, FØR grensene utfordres: Hva er lurt å gjøre når det skjer?
- **Selvtillit.** Snakk om å lytte til knuten i magen. «Når du merker at grensene utfordres, så si det høyt til oss andre»
- **Holdninger.** Vi er forbilder for hverandre. Rollemodellér respekt og beundring for annerledeshet. Fremsnakk de som tar valg på tvers av normen, og de som tør gjøre seg upopulære.
- **Mot.** Støtt hverandre i å være spydspiss og rollemodell. Da blir det lettere for flere å stå opp for seg selv – derfra kan vi skape nye og tryggere fellesskap.

Noen ganger skjer det at noen våger å trå ut av en utrygg gruppe eller vennegjeng.

Noen ganger har de gjort ting de ikke skulle gjort mens de var i gruppa.

Bestem dere da for å tilgi, og ta dem godt imot.





Takk for meg



Tips 2 – Her kan du finne mer informasjon

- [Lenke](#) til NRK Radio, Trygdekontorets podcast om russetidens skyggeside
- [Lenke](#), her kan du se og bestille Ivar Brandvols bok «Fitte & diesel - russens egne historier om det hemmelige livet på bussene», 2024
- [Facebook](#)-gruppa «Russeforeldre på 2020-tallet», 10000+ medlemmer

Mer informasjon om samarbeid for trygg og inkluderende feiring

- [Lenke](#) til Udir sine nettsider om inkluderende russefeiring, info og tips
- [Lenke](#) til Agder Fylkeskommunes nettside om samarbeidet med russ og avgangsmarkering i Agder
- [Lenke](#) til Regjeringens nettside om det nasjonale politiske arbeidet

Rogaland Fylkeskommune har også laget en samtaleguide for foreldre:
[Samtaleguide for foreldre - Rogaland fylkeskommune \(rogfk.no\)](https://rogfk.no)

